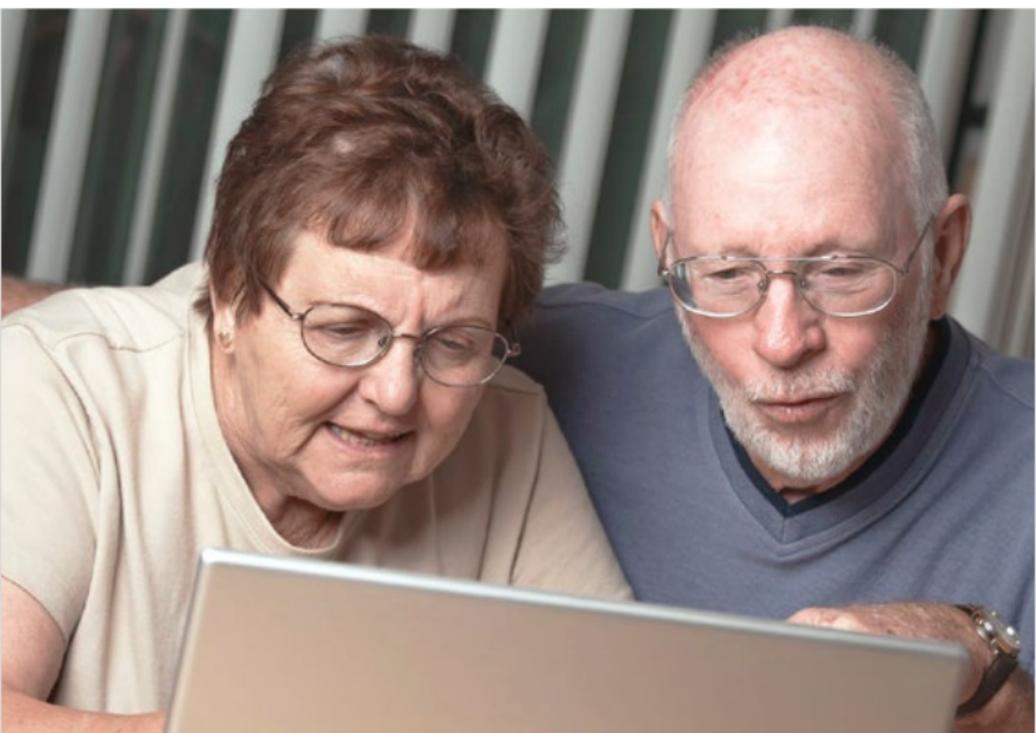


# Wie finde ich gute Gesundheitsinformationen im Internet?



Qualitätsmerkmale  
guter Gesundheitsinformationen  
und Warnzeichen für schlechte  
Internetseiten



---

## Was ist bei Suchmaschinen zu beachten?

- Die Reihenfolge der Suchergebnisse sagt nichts über Qualität und Verlässlichkeit der Informationen.
- Schauen Sie sich mehr als 10 Treffer an.
- Bei den ersten Treffern handelt es sich häufig um gekaufte Werbeanzeigen.
- Vergewissern Sie sich, wer hinter der Information steht und welche Ziele die Anbieter verfolgen.

**Tipp:** Schauen Sie, wie andere Organisationen die Internetseite bewerten. Sie können zum Beispiel in das Suchfeld den **Namen der Seite** und den Zusatz „**Bewertung**“ oder „**Kritik**“ eingeben.

### Vorsicht,

- wenn bei schweren Erkrankungen von Heilung die Rede ist.
- wenn „Schulmedizin“ als abwertender Begriff verwendet wird und einer „ganzheitlichen“ oder „natürlichen“ Medizin gegenübergestellt wird.
- wenn neben den Texten die Werbung zum passenden Produkt erscheint.
- wenn direkt oder über verlinkte Shop-Seiten Produkte verkauft werden.

---

## Was ist bei Foren zu beachten?

- Internetforen bieten Raum zum Austausch, sind aber keine zuverlässigen Informationsquellen. Die Angaben sind subjektiv und werden nicht hinsichtlich ihrer Richtigkeit und Qualität überprüft.
- Manche Personen können als Patientin oder Patient getarnt sein und versteckt für Produkte werben.



---

# Wie finde ich gute Gesundheitsinformationen im Internet?

Gute von schlechten Gesundheitsinformationen zu unterscheiden ist nicht einfach.

Merken Sie sich eine Auswahl von Seiten, die verlässliche Gesundheitsinformationen anbieten. Starten Sie mit Ihrer Suche beispielsweise auf diesen Seiten:

- Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin:  
**[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)**
- Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen:  
**[www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)**
- Das Deutsche Krebsforschungszentrum:  
**[www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de)**
- Eine ausführliche Liste mit weiteren Seiten finden Sie im Patientenwegweiser:  
**[www.sylvia-saenger.de/patientenwegweiser](http://www.sylvia-saenger.de/patientenwegweiser)**

**Tipp:** Legen Sie in Ihrem Browser wie Safari, Firefox oder Chrome **Lesezeichen** oder **Favoriten** an.

Wenn Sie dort keine Antwort auf Ihre Frage finden, starten Sie eine Suche über eine Suchmaschine wie Google oder Bing.

Nutzen Sie auch die Kommentarfunktion und fragen Sie direkt bei der Redaktion der Seite an. So erfahren die Autoren, welche Themen gefragt sind und noch fehlen.



# Wie bewerte ich selbst eine Internetseite?

<b>Wer betreibt und finanziert die Seite?</b>	<p>Angaben meist unter „<b>Impressum</b>“, „<b>Kontakt</b>“ oder „<b>Wir über uns</b>“.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ <b>Problematisch</b> ist es, wenn Abhängigkeiten oder finanzielle Vorteile für den Betreibenden existieren (und diese sogar vertuscht werden).</li><li>▶ <b>Gute Seiten</b> nennen die Namen der Betreiber, der Autorinnen und Autoren und deren Qualifikation sowie die Finanzierungsgrundlage der Website.</li></ul>
<b>Sind die Motive und Ziele genannt?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Seien Sie vorsichtig, wenn Produkte oder Leistungen beworben oder direkt vermarktet werden und die Seite sich darüber finanziert.</li><li>■ Werden Sie misstrauisch, wenn Sie zu einer Entscheidung gedrängt werden, Ihnen Angst gemacht wird oder extreme Positionen dargestellt werden.</li><li>■ Gesundheitsinformationen aus dem Internet ersetzen nie den direkten Kontakt oder ein Gespräch mit einer Ärztin oder einem Arzt. Gute Seiten weisen darauf hin.</li></ul>

Gute Informationen können Gespräche mit Fachleuten ergänzen, aber nicht ersetzen. Stellen Sie keine Eigendiagnosen und besprechen Sie Behandlungsmöglichkeiten mit Ärztinnen und Ärzten.



## Checkliste: Gute Seiten ...

<b>Sprache</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> vermitteln Wissen objektiv und neutral.</li><li><input type="checkbox"/> erklären Fachbegriffe.</li><li><input type="checkbox"/> vermeiden ideologische Begriffe wie „Schulmedizin“, „ganzheitliche Medizin“ oder „natürliche Medizin“.</li></ul>
<b>Methoden der Erstellung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> stellen ihre Methoden und Prozesse der Erstellung deutlich dar.</li><li><input type="checkbox"/> lassen auch Patientinnen und Patienten und fachliche Expertinnen oder Experten an der Texterstellung mitarbeiten.</li></ul>
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> geben an, wie die Behandlungen wirken und welche Erfolge möglich sind.</li><li><input type="checkbox"/> erklären, was passiert, wenn die Erkrankung unbehandelt bleibt.</li><li><input type="checkbox"/> beschreiben alle wichtigen Behandlungsmöglichkeiten.</li><li><input type="checkbox"/> nennen Nebenwirkungen.</li><li><input type="checkbox"/> Beschreiben, was in der Forschung noch unsicher ist.</li><li><input type="checkbox"/> machen Angaben über ergänzende Hilfen und weiterführende Angebote.</li><li><input type="checkbox"/> stellen dar, wenn für Behandlungen Kosten entstehen, die selbst zu tragen sind.</li></ul>
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> geben Quellen unter dem Text an.</li><li><input type="checkbox"/> verwenden wissenschaftliche Artikel und geben den Inhalt korrekt wieder.</li><li><input type="checkbox"/> verwenden Erfahrungsberichte nicht als Beleg für die Wirksamkeit einer Therapie.</li></ul>
<b>Aktualität</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> geben das Veröffentlichungsdatum an.</li><li><input type="checkbox"/> geben an, wie lange die Information gültig ist und wann die nächste Aktualisierung geplant ist.</li></ul>
<b>Datenschutz</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> beschreiben den Umgang mit Benutzerdaten (Datenschutzerklärung). Gerade, wenn Sie Ihre persönlichen Daten eingeben - zum Beispiel für einen Newsletter - ist dies wichtig.</li></ul>

## Weitere Informationen:

Diese Tipps sind auch als PDF abrufbar:

**<https://www.gesundheitsinformation.de/flyer-gute-gi>**

- Was hilft bei schwierigen Entscheidungen?  
**<https://www.gesundheitsinformation.de/entscheiden>**
- Frageliste für den Arztbesuch  
**<https://www.gesundheitsinformation.de/frageliste>**
- Abonnement des gi-Newsletters  
**<https://www.gesundheitsinformation.de/newsletter>**
- Quellen  
**<https://www.gesundheitsinformation.de/gute-gi>**

### **Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)**

Im Mediapark 8  
50670 Köln

**Tel:** +49 (0)221 - 35685-0

**Fax:** +49 (0)221 - 35685-1

**E-Mail:** gi-kontakt@iqwig.de

Bildnachweis: PantherMedia / feverpitched

Stand: September 2018

---



**Mehr Infos im Internet unter:**  
**[www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)**  
verständlich, unabhängig und kostenlos.

